

# **ИГРОВАЯ ЗАВИСИМОСТЬ, ЕЁ ФОРМИРОВАНИЕ, ЛЕЧЕНИЕ И ПРОФИЛАКТИКА**

Миронова Е. А.

Екатеринбург, РГППУ, гр. ПВД-112

Игромания, лудомания (от латинского *ludus* – игра), игровая зависимость или патологический гэмблинг – психическое расстройство, в основе которого лежит патологическое влечение к азартным играм. Основным признаком заболевания является постоянное участие в азартных играх.

Одним из видов игровой зависимости является зависимость от компьютерных игр – проблема, которой было уделено довольно много внимания в прессе и различных научных работах. Игровая зависимость являет собой форму сильной психологической привязанности к игре – в компьютерном варианте вплоть до желания жить в виртуальном мире.

Феномен Интернет – зависимости привлекает сейчас внимание ученых, исследователей сети, средства массовой информации. Это явление стало изучаться в зарубежной психологии с 1994 года. Интернет – зависимость определяется психологами как "навязчивое желание выйти в Интернет, находясь off-line, и неспособность выйти из Интернет, будучи on-line. Под on-line понимается общение в сети в реальном времени, off-line – общение через почтовый ящик, когда непосредственный собеседник отсутствует в данный момент времени.

Компьютер позволяет человеку с довольно большой приближенностью к реальности осуществить свои мечты - кто-то всю жизнь мечтал пострелять из ручного пулемета, кто-то - посидеть за рулем Ferrari или за штурвалом боевого истребителя. Начинает реализовываться неосознаваемая потребность в принятии роли. Человек получает удовольствие, играя в компьютерную игру, чему сопутствуют положительные эмоции.

Эмоциональные изменения, происходящие с человеком, пытающимся отказаться или сократить время пребывания в сети, указывают на его психологическую зависимость от Интернета и на языке психиатрии называются «синдром отказа» или «абстинентный синдром». К примеру, ученые выяснили, что 30% игроков проводят за компьютером слишком много времени, а 10% находятся в сильной психологической зависимости от своей любимой игры.

Цели исследования: узнать о причинах возникновения игромании, о признаках игровой зависимости, о серьёзных последствиях

Для выявления интернет-зависимых студентов и склонных к ним, было протестировано 25 студентов 1 курса института социологии и права Российского государственного профессионально - педагогического университета (Возраст 17-19 лет). Исследование проводилось анонимно, указывался только пол тестируемого.

В исследовании приняли 7 юношей и 18 девушек.

Для выявления интернет-зависимых студентов и склонных к ним было протестировано 25 студентов 1 курса института социологии и права Российского государственного профессионально - педагогического университета (возраст 17-19 лет). Исследование проводилось анонимно, указывался только пол тестируемого.

В исследовании приняли 7 юношей и 18 девушек.

В) Результаты исследования.

1. Глобальное большинство респондентов очень редко задерживаются в сети, дольше чем собирались, и всего лишь 4% респондентов всегда задерживаются в сети, не контролируя время.

2. Забрасывают свои домашние дела, чтобы посидеть в интернете всего лишь 4% респондентов, большинство-32% -делают это очень редко. Развлечения в интернете со своим партнером предпочитают очень редко-68% респондентов, только 4% -очень часто.

3. Знакомство по сети нравится 12%, респондентов, а 72 % предпочитают общение «в живую».

4. 40% респондентов признались, что на них жалуются, что они проводят много времени в сети, и 4% с твердостью сказали, что всегда слышат подобные упреки.

5. У 36% респондентов иногда страдает качество образования, а 8% отмечают снижение интереса к учебе, снижения уровня успеваемости.

6. Лишь 8% респондентов сначала проверяют электронную почту, а потом занимаются другими делами, а 36 % респондентов отмечают, что проверяют почту после выполнения наиболее важных дел.

7. 40% респондентов утверждают, что интернет не влияет на продуктивность работы, однако 4% признались, что влияет.

8. Больше половины респондентов не скрывают, какой информацией интересуются в интернете (63%), но 4% предпочитают не раскрывать круг своих интересов в сети.

9. 64% респондентов отмечают, что мысли об интернете отнюдь не успокаивают, только 4% утверждают обратное.

10. 32% респондентов иногда получают приятное предвкушение перед выходом в интернет, 24%-часто, но 5% испытывают это чувство всегда, то есть большинство все же ждут того момента, когда уже зайдут в интернет.

11. 40% респондентов совершенно не боятся представить жизнь без интернета, для 8 % жизнь без интернета станет, скучной, неинтересной.

12. 56% респондентов признаются, что не сердятся, когда их отвлекают от интернета, а 8% становятся раздражительными, готовы кричать на тех, кто их отвлекает.

13. У 24% респондентов интернет очень часто перебивает сон, а 16% всегда не могут заснуть из-за того, что долго засиживаются в нем. Оказалось, что практически никто не поглощен интернетом, когда не

находятся в сети-72%, всего лишь 4% респондентов отмечают полную погруженность в интернет

- «еще пару минут...» - часто говорят себе 32% опрошенных 16%-очень часто,
- 8%-всегда, тем сам они могут провести в нем неизвестное количество «минуточек».

14. Больше половины признаются, что пытаются урезать свое время пребывания в интернете, но вопрос, удастся ли им это?

- 42% утверждаю, что не скрывают количества времени проведенного в интернете,

36% иногда пытаются скрыть, сколько времени они находятся в сети.

15. 60% предпочитают пообщаться с людьми «в живую», нежели провести это время в интернете.

16. Интернет не влияет на настроение большинства респондентов.

#### Выводы

В результате проведенного исследования выявлено, что 80% студентов разумно относятся к благам интернета, не ущемляя своих интересов, обязанностей в реальной жизни.

Однако на жизнь, учебу, общение 20% студентов интернет оказывает значительное влияние, они постепенно подходят к грани «интернет - зависимые». Обращает на себя внимание немногочисленная группа (4%) студентов, которые не могут контролировать время нахождения в сети, отмечают полную погруженность в интернет, предпочитают виртуальное общение, скрывают свои интересы и резко негативно относятся на попытки ограничения вхождения в сеть, в то же время осознают снижение интереса к реальной жизни, снижение успеваемости. Данная группа респондентов вполне может быть названа «интернет-зависимой». Это достаточно большой процент молодежи и этот факт вызывает тревогу.

Необходимо продолжать изучение данной темы, поскольку остается значительный пробел в наших знаниях в этой области. Для решения

проблемы игромании необходимо проведение масштабного исследования зависимости от азартных игр с привлечением психологов, врачей и других специалистов. В связи с этим необходима разработка хорошей комплексной методики, позволяющей быстро и надежно получать практически значимые и научно обоснованные результаты.

Для решения проблемы игровой зависимости необходим государственный контроль игорных заведений и пресечение работы нелегальных игровых площадок. Должен быть разработан жесткий свод ограничений для игровых клубов и надлежащий контроль за его исполнением. В борьбе с интернет-казино может помочь усложнение процедуры регистрации и функция «родительского контроля». Только при объединении усилий по борьбе с зависимостью от азартных игр можно достичь существенных положительных результатов. В этом заключается сложность решения проблемы.

#### **Литература:**

1. Бондаренко, С.Н. Особенности клиники и лечебно-реабилитационного процесса у больных игровой зависимостью// – М. 2005. С. 35-36.
2. Войскунский, А.Е. Актуальные проблемы зависимости от Интернета// Психологический журнал. 2004. Т. 25. № 1. С. 90-100.
3. Гоголева, А.В. Аддиктивное поведение и его профилактика/А.В. Гоголева/ Моск. Псих.-соц. институт. - Воронеж: Изд-во НПО МОДЭК, 2002. -240 с.
4. Джолдыгулов, Г.А. К вопросу о механизмах формирования чрезмерной увлеченности компьютерными играми//Г.А. Джолдыгулов, Р.М. Гусманов, Ю.С. Шевченко // Дискуссионные вопросы наркологии: профилактика, лечение и реабилитация. Материалы Российской научно-практической конференции. - Иваново. 2005. С. 111-112
5. Зайцев, В.В. Как избавиться от пристрастия к азартным играм//В.В. Зайцев, А.Ф. Шайдулина. - СПб.: Нева, 2003. -125 с

6.Короленко, Ц. П. Аддиктивное поведение. Общая характеристика и закономерности развития // Ц. П. Короленко, Т. А. Донских //Обзор психиатрии и медицинской психологии. - 2007. - № 1. - С. 8-15.

7.«Страшные игры – страшные последствия» /«АиФ. Здоровье» №17, 2002/-10-15 с.